



CONGIUNTIVITE

La congiuntivite è una infiammazione della congiuntiva, la membrana che riveste l'interno della palpebra e la parte bianca dell'occhio (la sclera). La malattia è molto comune, assai fastidiosa ma raramente pericolosa.

Generalmente si manifesta con arrossamento della congiuntiva, gonfiore delle palpebre, sensazione di sabbia nell'occhio, prurito, lacrimazione intensa e intolleranza alla luce.

Può essere causata da un'infezione da batteri o virus, da un'allergia o può anche derivare da irritazione da fumo, vento, polvere o agenti inquinanti.

La **congiuntivite batterica** si presenta, generalmente, con secrezioni dense di colore giallo o verdognolo, che possono "incollare" le ciglia rendendo difficile l'apertura degli occhi al risveglio.



La **congiuntivite virale** si manifesta soprattutto con lacrimazione e intolleranza alla luce, mentre le secrezioni sono scarse. In molti casi i sintomi interessano inizialmente un solo occhio ma spesso colpiscono anche l'altro per la facilità con cui si trasmette l'infezione.

La congiuntivite deve essere diagnosticata e trattata tempestivamente, soprattutto nei bambini più piccoli che vengono facilmente colpiti da congiuntiviti infettive. La terapia deve essere consigliata dal medico.

La congiuntivite, è estremamente contagiosa, si trasmette attraverso goccioline o il contatto occhio-mano, specialmente per contatto diretto tra i familiari o in una comunità (scuola materna, nido), ma anche attraverso il contatto con biancheria infetta o con acqua contaminata (per esempio, in piscina).

Alcune norme igieniche e di comportamento sono fondamentali per ridurre il contagio:

- evitare di toccarsi gli occhi in quanto si potrebbe diffondere l'infezione da un occhio all'altro e, attraverso il contatto con le mani, tra soggetti diversi;
- lavare sempre le mani prima di toccare gli occhi; non condividere con altri il proprio asciugamano o cuscino;
- rimuovere ogni secrezione dell'occhio con molta cura, utilizzando una garza bagnata con acqua, specialmente prima di instillare il collirio o la pomata e non tenere gli occhi bendati;
- per evitare ogni possibile contaminazione del prodotto, il beccuccio del tubetto o il contagocce non devono mai venire a contatto con l'occhio o le palpebre;
- eliminare i colliri o le pomate dopo la guarigione; se dovesse ripresentarsi il problema dopo qualche settimana o mese, è bene utilizzare un flacone nuovo.

La **congiuntivite allergica** invece si manifesta prevalentemente con prurito intenso e gonfiore ed è dovuta ad una reazione allergica a sostanze dette allergeni. L'esposizione a queste sostanze è da evitare o ridurre al minimo, laddove possibile.

Per tutti i tipi di congiuntivite:

- non utilizzare prodotti cosmetici attorno all'occhio fino a completa guarigione;
- proteggere gli occhi da fonti luminose troppo forti, eventualmente con l'aiuto di occhiali da sole.

E' necessario consultare il medico se: la situazione non migliora; il dolore aumenta e l'occhio diventa sempre più rosso; compare febbre.

